

Horaires et lieu des séances et ateliers

- ▶ **Marche prénatale**
le lundi de 14 h 30 à 16 h
Parc de Champagne - Reims
- ▶ **Activité aquatique**
Mardi de 16 h à 18 h sur le site Sébastopol
Les séances de piscine ont lieu dans le bassin de l'Hôpital Sébastopol (48 rue de Sébastopol - Reims).
- ▶ **Allaitement maternel**
Lundi 9 h - 11 h
Maison de la Santé
La Maison de la Santé est située devant l'entrée de l'hôpital Robert Debré, Rue du Général Kœnig.
- ▶ **Protéger sa famille des polluants**
Mardi 15 h 30 - 17 h
Maison de la Santé
- ▶ **Mon accouchement** (2 séances)
Lundi 9h - 11 h et Mardi 15 h 30 - 17 h
Maison de la Santé
- ▶ **Portage et retour à la maison**
Mardi 15 h 30 - 17 h
Maison de la Santé
- ▶ **Visite de la Maternité**
Lundi 16 h 30 - 17 h 30
ou Mardi 14 h - 15 h
Hall Alix De Champagne
Niveau 0 près du stand Happytal.

POUR VOUS INSCRIRE :

Formulaire d'inscription à déposer au secrétariat de gynécologie-obstétrique ou à envoyer par mail à l'adresse suivante :

secretariat-gyneco@chu-reims.fr



Suivez l'actualité du CHU sur



CHU DE REIMS



Préparation à la naissance et à la parentalité



PÔLE FEMME PARENTS ENFANT
MATERNITÉ



Établissement de proximité,
soins d'excellence

www.chu-reims.fr

Sujets abordés :

la grossesse / le travail / l'accouchement / le périnée / l'allaitement maternel / la parentalité / la contraception / le séjour à la maternité / le retour à la maison / l'accueil et les soins du nouveau-né / la puériculture.

Préparation à la naissance

Que vous soyez sur le point de devenir parent pour la première fois ou que vous ajoutiez un nouveau membre à votre famille, **préparez-vous à l'aventure de la parentalité.**

Notre programme de préparation à la naissance et à la parentalité est conçu pour vous accompagner, vous soutenir et vous encourager à prendre une place dans la construction de votre rôle de parent.

Chaque chemin vers la parentalité est unique, c'est pourquoi nous vous proposons **de personnaliser** votre programme en choisissant un parcours et **des ateliers** en fonction de vos besoins.

L'Assurance maladie couvre jusqu'à sept séances de préparation à la naissance et à la parentalité. Nous vous invitons donc à créer votre parcours en respectant **une limite de sept séances.**

Les ateliers durent environ 1 h 30 et sont proposés en fin d'après-midi pour faciliter votre participation et celle du coparent.

Nous avons choisi de constituer des petits groupes de 6 futurs mamans pour créer un environnement propice aux échanges.

Pour vous aider à faire votre choix, vous pouvez consulter la section préparation à la naissance de notre site internet vous y trouverez des informations sur les différents ateliers proposés.

3 parcours personnalisés

► Ateliers prénataux sans activité :

1 à 5 ateliers au choix parmi ceux proposés.

► Séances de marche prénatale et ateliers prénataux

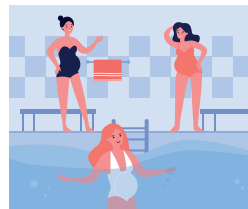
3 séances et + 1 à 4 ateliers au choix parmi ceux proposés.



► Séances d'activités aquatiques et ateliers prénataux :

3 séances sportives + 1 à 4 ateliers au choix parmi ceux proposés.

L'accès au bassin et à la marche nordique est réservé aux futures mamans, le coparent sera le bienvenu pour les autres ateliers.



5 ateliers proposés

► Protéger sa famille des polluants



► Visite de la Maternité



► Mon accouchement



► Allaitement maternel



► Initiation au portage et retour à la maison

